

العبء المهني وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات

Professional burden and its relationship to Emotional Reassurance for Female Teachers

م.د. نجاة صادق جعفر

الجامعة المستنصرية/ كلية الآداب/ قسم علم النفس

L. Dr. Najat Sadiq Jaafar

Al-Mustansiriya University/ College of Arts/ Department of Psychology

dr.Najat_Sadiq@uomustansiriyah.edu.iq

المستخلص :

هدفت الدراسة الحالية التعرف على العبء المهني لدى المعلمات والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات والتعرف على دلالة الفروق في العلاقة بين العبء المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجة غير متزوجة). إضافة الى تحديد العلاقة الارتباطية بين العبء المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات.

اشتملت عينة البحث من (٢٠٠) معلمة للمرحلة الابتدائية في بغداد لجانبى (الكرخ - الرصافة)، وتحقيقاً لأهداف البحث الحالي، قامت الباحثة ببناء مقياسين العبء المهني واعتمدت على (النظرية البيئية) والطمأنينة الانفعالية واعتمدت على (نظرية ماسلو) في بناء وتفسير المتغيرين، وطبق المقياسين على عينة البحث بصورة فردية، واستخراج الصدق والثبات للمقياسين، إذ بلغ ثبات مقياس العبء المهني (٠.٨٧) بطريقة التجزئة النصفية و(٠.٩٢) بطريقة الفا كرونباخ، أما ثبات مقياس الطمأنينة الانفعالية فقد بلغ (٠.٧٢) بطريقة التجزئة النصفية و(٠.٨٤) بطريقة الفا كرونباخ، وبعد تحليل البيانات إحصائياً توصل البحث الحالي الى النتائج الآتية:

١- عينة البحث الحالي لديهم شعور بالعبء المهني.

٢- تتمتع معلمات المرحلة الابتدائية بمستوى من الطمأنينة الانفعالية.

- ٣- هناك فروق في العلاقة بين العبء المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات لصالح المتزوجات.
- ٤- توجد علاقة ارتباطية بين العبء المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات. وفي ضوء النتائج المتحققة فقد حددت الباحثة عدد من التوصيات والمقترحات لأبحاث لاحقة.
- الكلمات المفتاحية:** العبء المهني، الطمأنينة، الانفعالية، الحاجات، المعلمات.

Abstract:

This study aimed to identify:

- 1- *The professional burden of female teachers.*
- 2- *Reassurance emotionality of teachers.*
- 3- *Identifying the significance of the differences in the relationship between professional performance and emotional reassurance among female teachers according to the variable of marital status (married, unmarried).*
- 4- *The correlation between professional burden and emotional reassurance among female teachers.*

The research sample included (200) primary female teachers in Baghdad on both sides (Karkh and Rusafa), and to achieve the objectives of this research, the researcher built two scales of professional burden relied on (environmental theory) and emotional reassurance, relied on (Maslow's theory) in constructing and interpreting the two variables, and applied The stability of the professional burden scale was (0.87) by the semi-partition method and (0.92) by the Vachronbach method, while the stability of the emotional reassurance scale was (0.72) by the half-partition method and (0.84) by the half-partition method. Wackeronbach, and after analyzing the data statistically, the current research reached the following results:

- 1- *The current research sample has a sense of professional burden.*
- 2- *Primary stage female teachers enjoy a level of emotional reassurance.*
- 3- *There are differences in the relationship between professional performance and emotional reassurance among female teachers in favor of married women.*
- 4- *There is a correlation between the professional burden and the emotional reassurance of female teachers.*

In light of the results achieved, the researcher identified a number of recommendations and proposals for subsequent research.

Keywords: professional load, emotional reassurance, needs, female teachers.

الفصل الأول

التعريف بالبحث

مشكلة البحث:

منذ بدء الخليقة، ونشأة الإنسان حتى وقتنا الحاضر، والإنسان محمل بالأعباء ويبحث عن الاستقرار والأمان والشعور بالطمأنينة ويسعى جاهداً من أجل إشباع هذه الحاجات والرغبات وصولاً منه الى حالة من الاستقرار والراحة، حتى يستمتع بالأمن والاطمئنان له ولأفراد أسرته وجميع المحيطين به ومع تطور الحياة وأساليب المعيشة ودخول التكنولوجيا في كثير من مفاصل الحياة أصبحت متطلبات المهنة أو العمل أكثر عبأً وضغطاً على الإنسان (حريم، ٢٠١٣، صفحة ٢١٠) إذ يعد ميدان المهنة (العمل) واحد من اهم الميادين في المجتمع لما له دور رئيسي في تطور وتقدم المجتمعات لأنها تلبي احتياجات الأفراد ووسيلة للعيش والرفاهية وفي ظل الظروف والمواقف اليومية التي تؤثر على الفرد بشكل كبير وتجعله يصارع الحياة وذاته أحياناً وأن عدم إشباع متطلباته ورغباته يجعله يشعر بالقلق والتوتر تجاه أسرته أولاً ومهنته ثانياً فيستجيب لضغوط الحياة وأعباء المهنة مدفوعاً بما يشعر به هنا من نقص، فيتولد لدى الفرد شعوراً بعدم الطمأنينة الانفعالية والتي تعني الى عدم قدرة الأفراد على مواجهة مشكلات وأعباء المهنة. (Rubin & Judge, 2013, p. 410).

إن الحاجة للطمأنينة الانفعالية تعد من الدوافع النفسية المهمة التي توجه السلوك الإنساني وتحركه نحو الاتجاه الصحيح وتبعث فيه حالة من الاستقرار النفسي ويعتبر مؤشر على الصحة النفسية والجسمية السليمة والتوافق مع الآخرين والقدرة على التفاعل والاتصال بهم وتكوين العلاقات الإنسانية الجيدة (مايكل، ١٩٩٣، صفحة ٥٠) لهذا إن أي عبء يتعرض له الفرد وخارج عن طاقته تسبب حالة من عدم الأمن والراحة النفسية فتعتبر مشكلة بحدّة ذاتها يجب الوقوف عليها وإيجاد الحلول المناسبة لها من هنا تبرز مشكلة البحث الحالي في التعرف على:

١. هل توجد علاقة بين العبء المهني والطمأنينة الانفعالية؟
٢. هل تعاني المعلمات من أعباء مهنية؟
٣. هل تتمتع المعلمات بالطمأنينة الانفعالية؟
٤. يوجد فروق بين المعلمة (المتزوجة- غير المتزوجة) في العلاقة بين العبء المهني والطمأنينة الانفعالية.

أهمية البحث

الحياة المعقدة التي يعيشها الفرد باتت تمثل مصدراً من مصادر الأزمات والعبء الثقيل والضغط الذي يعاني منه الفرد له علاقة بماضية واستمر الى مستقبله، وإن مدى راحة الفرد وشعوره بالرضا والاطمئنان عندما

يكون قادرا على مواجهة الموقف الذي يمر به والذي كان يمر به والذي كان يمثل عبئا عليه وكلما ازدادت تطورات وتكنولوجيا الحياة ازدادت تعقيدات الحياة وتتشابك أدت الى ازدياد ضغوط الفرد وأعباء (Gibson, Jon, & James, 1994, p. 26) اذا يعد العمل أو المهنة في المجالات التربوية أو التعليمية مصدر للضغوط على الأفراد وتوترهم والتي يشعر بها الذين يشتغلون في هذا المجال على مختلف المستويات، اذا يشعر كثير منهم بالإرهاق والتعب مما يؤثر على مستوى أدائهم (القيوتي، ٢٠٠٠، صفحة ٢٧٠) والأعباء هي تلك الضغوط التي ترتبط بالأنشطة والسلوكيات التي يمارسها الأفراد في مجال عملهم، لذلك اطلق عليها الأعباء الوظيفية أو المهنية. (Luthans, 2022, p. 302).

وتعد الأعباء المهنية أو الضغوط التي يتعرض لها الفرد أثناء العمل سمة من سمات العصر الحديث، اذا يطلق عليها بعض الباحثين (القاتل الصامت) وأصبحت كثير من المؤسسات في الوقت الراهن على اختلاف أنشطتها تعاني من ازدياد الضغوط التي تتعلق بالمهنة وانتشارها بشكل كبير وان استمرار هذه الضغوط يترك أثارا سلبية على صحة الفرد البدنية والنفسية ومن ثم على أدائهم المهني وترك الوظيفية والغياب المستمر (ابو رحمة، ٢٠١٢، صفحة ١٥).

وتشير الإحصاءات الحديثة إلى أن ٨٠٪ من أمراض العصر مثل النوبات القلبية وضغط الدم والقرحة هي بداية ضغوط المهنة وأعبائها حيث تعد من اكثر الظواهر النفسية والاجتماعية تعقيداً (زهران، ٢٠٠٢، صفحة ٣٠٤)

وتظهر أهمية هذا المتغير وهو (الأعباء المهنية) أو ضغوط الوظيفة من الدراسات التي تناولتها مثل دراسة (باركر، ١٩٨٧، Barker) ودراسة كاروان ١٩٩٥ (Chardan) اذا بينت الدراسات ان الضغوط المهنية وأعباء العمل تؤدي بالفرد الى عدم التركيز والانتباه لأنه يشغل بمشكلات المهنة ولا يستطيع الاهتمام بمهنته بشكل جيد، لذا فان الأعباء التي يتعرض لها الفرد سواء كانت شخصية أو مهني في مجال عمله تؤدي به الى مشكلات اكثر صعوبة لا يستطيع مواجهتها أو حلها. (Chardan, 1995, p. 72). (Barker, 1987, p. 130)

وأكدت دراسة هوكي (Hokey, 1983) أن الأعباء المهنية هي السبب الرئيس لكثير من المشكلات النفسية للأفراد في أي مهنة كانت (Hockey, 1983, p. 140).

وهذه الضغوط أو الأعباء لن يتعرض لها الأفراد في المهنة تؤدي بهم الى عدم الشعور بالراحة النفسية والتوتر والقلق، بالإضافة الى الطمأنينة الانفعالية التي هي موضع البحث هنا والتي تعد أحد مظاهر والصعوبات. فهي حالة نفسية وعقلية وعن طريقها تتوضح علاقة الفرد بالمجتمع الذي يعيش فيه ويضمن له التكيف والأمان (Hockey, 1983, p. 140)

ويشير مصطلح الطمأنينة الانفعالية الى عدة مسميات منها الأمن النفسي والأمن الانفعالي والأمن الشخصي، فهذا دليل على أهمية الأمن في كل مراحل حياة الفرد سواء كان طفلاً أو شيخاً، سليماً أو معتلاً لأنها من متطلبات الصحة النفسية السليمة والشخصية الإيجابية وقدرة الفرد على التفاعل والتوافق مع أفراد البيئة التي يعيش فيها مثل الأهل - والزملاء - والأصدقاء (زهرا، ٢٠٠٢، صفحة ٢٥١).

حتى إن الإنسان منذ أن وجد على الأرض يبحث عن الأمن لنفسية من خلال سعيه للأمن ولتحقيق الذات والاحترام والقبول والتعاون وغير ذلك وعلى النقيض من ذلك عدم توافر هذه الحاجات يؤدي الى شعور الفرد بعدم الاطمئنان والخوف والشعور بالنقص وضعف الثقة بالنفس. وتتضمن الطمأنينة الانفعالية جانبي الأول هو الأمن المادي وهي مجادلة الفرد الحفاظ على حياته من خلال إشباع حاجاته الأولية، وكانت الثاني الأمن المعنوي هو إحساس الفرد بالطمأنينة وعدم التوتر والقلق مما يؤدي الى شعور بالسرور. (Fontaua, 1981, p. 72).

اذن الطمأنينة الانفعالية هي حاجة سيكولوجية وهي سعي الفرد المستمر لإشباع حاجاته البيولوجية والنفسية معا يجعله يشعر بالراحة والاستقرار (محمد، ٢٠٠٤، صفحة ١٥).

نجد أن هذا المصطلح فيه كثير من الجوانب فهي تتضمن جوانب نفسية وهي الصحة النفسية الجيد للفرد وجوانب اجتماعية وهي طبيعة العلاقة بين الفرد وبين أفراد المجتمع الذي يعيش فيه وجوانب فلسفية وهي طريقة عيش الفرد في حياته (زهرا، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ١٩٨٤، صفحة ٥٢٠).

فالطمأنينة الانفعالية تغير من الحاجات النفسية غير العضوية والأكثر أهمية، وعندما يقوم الإنسان بإشباع هذه الحاجة سوف يسهل له إشباع بقية الحاجات ولا تظهر الحاجة عند الفرد إلا بعد أن يشبع حاجاته البيولوجية ولو جزئياً (عبد الرحمن، ١٩٩٨، صفحة ٣٢٠) وبنى علماء النفس انه لا شيء اهم من شعور الفرد بالطمأنينة والأمن، فحصوله على الطعام والسكن والملبس تعد من الحاجات الضرورية وعندما تشبع هذه الحاجات يشعر الفرد بالأمن والاطمئنان، ولقد ذكر ماسلو مجموعة من الاعراض أساسا بعدم الطمأنينة الانفعالية وهي (شعور الفرد بان العالم يمثل تهديدا وتوترا وانه يعيش بالوحدة والعزلة، وانه شخص غير محبوب ومرفوض من قبلهم أي أن (ماسلو) وصف الشخص غير المطمئن هو المنعزل. (شلتز، ١٩٨٤، صفحة ٥٢).

وعليه فان أهمية البحث الحالي قد توضحت من أهمية متغيراته بدء بالحديث عن العبء المهني، والطمأنينة الانفعالية لدى معلمات المدارس، بالإضافة الى حث المؤسسات التربوية الى الاهتمام بفئات الكوادر، التعليمية في المدارس لما لهذه الفئة من انعكاسات كبيرة للعملية التعليمية ومن هذا لابد من اتباع أساليب واستراتيجيات تقلل من حدة الأعباء المهنية التي يتعرض لها الكوادر التعليمية والتخفيف من حدة الضغوطات داخل المؤسسة التربوية

والاستفادة من النتائج وكيفية إيجاد حلول لمواجهة أعباء العمل لدى المعلمات داخل المدارس وفي ضوء ما تقدم يمكن تلخيص أهمية البحث الحالي بما يلي.

١. أهمية عينية البحث وهم شريحة المعلمات كونهم يمثلون ركيزة مهمة في المجتمع.
٢. الكشف عن الأعباء المهنية والطمأنينة الانفعالية لدى معلمات المدارس الابتدائية في ظل الظروف الراهنة وإطلاع المسؤولين في المؤسسات التعليمية بوضع المعالجات والحلول في ضوء ما تسفر عنه النتائج.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على:

١. العبء المهني لدى المعلمات.
٢. الطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات.
٣. التعرف على دلالة الفروق في العلاقة بين العبء المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجة- غير متزوجة)
٤. العلاقة الارتباطية بين العبء المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بمعلمات المدارس في محافظة بغداد بجانبها الكرخ والرصافة المديرية التربوية (تربية ١- تربية ٢ والكرخ ١- الكرخ ٢) للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢).

تحديد المصطلحات Definition of Terms

أولاً: العبء المهني occupational load عرفها كل من:

١. عرفها مامبليس (Mamples,1980) بانها:

وهي مظهر في بيئة عمل الفرد والن يعمل على تهديده أي هي أعباء قد لا يستطيع بعض الأفراد ومواجهتها

(حمد، ١٩٩٨، صفحة ٣٢)

٢. بورن (Baron,1983)

استجابة جسمية ونفسية وسلوكية للأفراد في مواقف تكون فيها الاحتياجات الحالية اكبر من قدرات الأفراد على التأقلم معها (Baron & Byrene, 1983, p. 305)

٣. جيبسون (Gibson, 1994)

استجابة الأفراد التي تنشأ بسبب عمل أو موقف أو حدث يفرض على الفرد مطالب جسدية ونفسية عالية وتختلف هذه الاستجابة حسب الفروق الفردية بين الأفراد (Gibson, Jon, & James, 1994, p. 26)

٤. بلال ٢٠٠٥

حالة تنتج عن ضعف الانسجام والتوافق بين الأفراد وبيئتهم عملهم تلك التي تفرض عليهم متطلبات اعلى من قدراتهم ولا يستطيعون مواجهتها. (بلال، ٢٠٠٥، صفحة ٧٥).

٥. حريم ٢٠١٣

استجابة متكيفة لموقف أو ظروف خارجي ينتج عنه انحراف جسماني، أو نفساني أو سلوكي (حريم، ٢٠١٣، صفحة ٣٧٧)

ومن خلال التعريفات الأنفة الذكر، توصلت الباحثة الى التعريف النظري للعبء المهني وهو يتلاءم مع النظريات البيئية (هي المظاهر والخبرات التي يتعرض لها الفرد في بيئة العمل والتي يتطلب منه استجابة أما جسدية أو نفسية ويكون العبء بمثابة تهديد له ولا يستطيع مواجهتها).

أما التعريف الإجرائي للعبء المهني

درجة المستجيب التي يحصل عليها المستجيب من خلال الإجابة على فقرات المقياس المعد من قبل الباحثة.

ثانياً: الطمأنينة الانفعالية Emotional Tranquility

١. تعريف ماسلو: (maslow) ١٩٧٠

هي شعور الفرد بالحب والقبول من الآخرين وانه يتمتع بالإيجابية وعنده القدرة على تحقيق أهدافه وانه بعيدا عن أي خطر أو تهديد على حياته. (Maslow, 1970, p. 36).

٢. تيلجن (Tellegen 1988)

بنية نفسية وراء التصرف السلوكي الدائم نسبيا (محمد، ٢٠٠٤، صفحة ١٢٠)

٣. دافيس (Davies 1996)

هي شعور الفرد بانه محبوب ومقبول من الآخرين وله مكانة بينهم ويدرك فيها بان بيئته صديقة له وغير محبته ولا يشعر بالخطر والتهديد والقلق (Kunda, 1990, p. 78).

٤. كيرنس (Kerns, 2003)

شعور الفرد بتأمين حاجاته الانفعالية، وانه محبوب من قبل الآخرين وانه بعيد عن الخطر والتهديد (مخير، ٢٠٠٣، ص ٦١٥).

٥. روبن (rubin, 2013)

شعور الفرد بالإيجابية تجاه حياته، والقدرة في إدارة بيئته، وتحقيق أهدافه الشخصية وفقا لقدراته والاتجاه الإيجابي نحو ذاته وتقبلها (Rubin & Judge, 2013, p. 421).

التعريف النظري:

لقد تبنت الباحثة تعريف ماسلو تعريفا نظريا لأنه التعريف الأوضح ويتلاءم مع النظرية المتبناة في البحث.

التعريف الإجرائي:

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها معلمات المدارس من خلال إجابتهن على فقرات مقياس الطمأنينة الانفعالية الذي قامت الباحثة ببنائه.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

• مفهوم العبء المهني

يعد العبء المهني من المفاهيم المهمة في تنظيمات العمل والمهن المختلفة ويعد أحد الموضوعات الحديثة نفسياً وقد استحوذوا على اهتمام الباحثين في مجالات المهن وذلك للتأثير المباشر وغير المباشر بالفرد نفسه أو المتعلقة بالوظيفية (محمد، ٢٠١١، ١، صفحة ٣٥).

• نظريات العبء المهني:

وقد تعددت النظريات التي فسرت العبء المهني أو ضغوط العمل وذلك لأنها تعد من الأمور الإنسانية التي تمس الفرد ومعيشتة.

١. النظرية البيولوجية:

تفسر هذه النظرية ظهور الاضطرابات السيكوسوماتية على أحد أعضاء الجسم الى ضعف وراثي لهذا العضو يجعله اكثر استعداد للإصابة في حالة تعرض الفرد للضغط، وتستدل هذه النظرية على ذلك بوجود ارتباط بين مرض السكر والوراثة فهي تقترض أن الضغوط النفسية تحدث لكل الأفراد عندما يواجهون ضغطاً معنياً (مرسي، ٢٠٠١، صفحة ٥٢٤).

٢. نظرية ريتشارد لازروس Richard Lazarus

وضع ريتشارد لازروس عام ١٩٦٦ نظرية التقويم المعرفي في الضغوط، وأكد على أن الضغط أو الأحداث التي يتعرض لها الأفراد تكون عادية بالنسبة لشخص وغير عادية بالنسبة لشخص آخر حسب درجة استجابة الفرد لها (جبريل، ١٩٩٥، صفحة ٢٦٩).

وأكد لازوراس أن الضغوط تحدث عندما لا يستطيع الفرد التكيف مع متطلبات حياته أو الاستجابة لها والتي تمثل تهديداً له ولأفراد أسرته، أي أن ضغط يعتمد على شعر الفرد وكيفية تعامله مع الموقف الذي أدركه لكونه مهدداً له وهذا يتوقف على قابلية الفرد والآليات التي يتعامل بها مع هكذا مواقف (الزبيدي، ٢٠٠٠، صفحة ٢٧).

إذ وجد لازورس وفولكمان (١٩٨٤) أن الإدراك الإيجابي والسلبي لأحداث الحياة من المحددات الهامة للصحة النفسية فالأحداث تزيد من ثقة الفرد ومهارات التفاعل مع الأحداث المستقبلية بالنسبة لشخص ما. ولهذا فإن

الأحداث التي يمر بها وتمثل ضغطا عليه قد لا تكون ضغطا بالنسبة لشخص آخر مثل الوظيفي أو العمل المجهد فهذا يعود الى التقييم المعرفي للأحداث بالنسبة للأفراد. (صالح، ١٩٨٧، صفحة ١٢٨).

٣. نظرية الس (Ellis)

وتعد واحده من النظريات البيئية التي أساسها (البرت الس) وتؤكد هذه النظرية أن الأفراد عندما يولدون تكون لديهم جذور فطرية الى أن يكونوا أناسا ذو صحة نفسية جيدة أو غير جيدة وانهم معرضون للضغوط السلبية في كل الأوقات وانها سبب في معاناتهم نتيجة لتعرضهم لهذه الضغوط وانها تكون السبب الرئيسي لكثير من الأمراض والمشكلات النفسية وحدد (الس) هذه المشكلات التي يعاني منها الفرد وتمثل مصدر للضغوط مثل الحصول على الحب والتقدير في كل وقت من اجل إرضاء حاجات نفسية في داخلهم كما يحاولون تأنيب الآخرين وعقوبتهم على الأخطاء التي يقومون بها بالإضافة الى محاولتهم المستمرة الى تقاضي بعض الصعوبات والمشكلات والعقبات التي تواجههم ولا يحاولون أن يوجهونها أو يحلون المشكلة بشيء من التفكير العقلاني (Rubin & Judge, 2013, pp. 25-28).

يتضح مما تقدم ذكره من النظريات التي درست الأعباء المهنية التي تواجه الأفراد أن النظريات البيئية لها دور كبير على الفرد في حدوث الأسباب التي تؤدي الى المشكلات والأعباء المهنية التي يواجهونها نتيجة لعدم ملائمة ظروف العمل أو المهنية مع قابليات الفرد الجسمية والفكرية والنفسية وان هذا يؤدي الى عدم قدرة الفرد على الإنتاج والإبداع في المهنة المنسوبة اليه، ومما تقدم ذكره فقد تبنت الباحثة في الدراسة الحالية النظريات البيئية لأنها تدرس جميع جوانب الفرد مثل الفروق الفردية بين الأفراد، وحاجات الفرد النفسية والجسمية وشمول النظرية الى الظروف البيئية المحيطة بالأفراد والعاملين في المؤسسات الإدارية والتربوية، وان هذه النظريات تكون قريبة الى ارض الواقع اي مجتمع البحث ويمكن على ضوءها تفسير النتائج التي خرج بها البحث.

الدراسات السابقة:

الدراسات التي تناولت العبء المهني

١. دراسة سعيد (٢٠٠٥).

((الضغوط المهنية وعلاقتها بالتعب النفسي لدى رؤساء ومقرري الأقسام في الجامعة))

استهدفت الدراسة معرفة العلاقة بين الضغوط المهنية والتعب النفسي لدى رؤساء ومقرري الأقسام والتعرف على الضغوط المهنية والتعب النفسي لديهم، وقد طبقت الدراسة على عينة مكونة من (٢٠٠) فردا وقد قامت الباحثة ببناء مقياسين واستعمل الاختبار الثاني ومعامل الارتباط بيرسون، وقد أظهرت النتائج انه توجد علاقة بين المتغيرين وان مقرري الأقسام ورؤساء هم يعانون من ضغوط مهنية وتعب نفسي (حريم، ٢٠١٣، صفحة ٥٤).

٢. دراسة المظفر، ٢٠٠٠

((بعض سمات الشخصية لدى المرشدين التربويين وعلاقتها بالتعامل مع الضغوط المهنية))

استهدفت الدراسة معرفة العلاقة بين بعض سمات الشخصية والضغوط المهنية وأساليب التعامل معها ولدى المرشدين، على عينة من (٦٠) مرشدا تربويا في محافظة الصبرة، وقد تم بناء مقياس واستعمل الاختبار التائي ومعامل الارتباط بيرسون، وأظهرت النتائج أن اكثر الأساليب استعمالا لمواجهة الضغوط المهنية بالنسبة للإناث، وان العلاقات الارتباطية موجبة وغير دالة في بعضها وسالبة وغير داله في بعض الآخر عند مستوى (٠.٠٥). (ماهر، ٢٠٠٨، صفحة ٤٥)

٣. دراسة كوبر (Cooper, 1988)

استهدفت الدراسة قياس الأعباء المهنية، وقيم العمل والدافعية لدى العاملين في المعامل وقد بلغت (٢٥٠) عاملا واستخدم وسائل إحصائية واستعمل معامل الارتباط، والاختبار التائي، وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائيا بين الضغوط المهنية وقيم العمل والدافعية (Cooper, 1996, p. 60).

النظريات التي فسرت الطمأنينة الانفعالية

١. نظرية التحليل النفسي (فرويد Freud)

وقد أقام فرويد نظريته هذه على أساس الصراع الحاصل بين مكونات الشخصية الثلاثة هي الهو (id) والانا (Ego) والانا العليا (Super Ego) أي أن الآن تواجه رغبات الهو التي تعبر عن ما في داخلها وهذا الصراع يكون داخل اللاشعور ونتيجة للخوف من الأنا من أن تقهر هذه النزعات فان الفرد يعيش في توتر دائم وعدم

اطمئنان، وكذلك الصراع بين الأنا والانا العليا مثل إصدار الأوامر الذي يكون بشكل غير راضي عنه الفرد فيشعر بتأنيب الضمير الذي لا يمكن التخلص منه بسهولة ولكي يحدث الاطمئنان فان الأنا تقوم بالتوقيف بين مطالب الهو والانا العليا حتى تصل الشخصية الى حالة السواء وان فشل أصبحت الشخصية غير مسوية. (Fontaua, 1981, p. 178).

٢. نظرية الذات روجرز 1987 Rogers,

تفسر هذه النظرية الطمأنينة هي حاجة الفرد الى الشعور بانه مرغوب ومحبوب من قبل الآخرين اجتماعيا ويكون أساس هذه الحاجة هي مرحلة طفولته أي الحياة التي عاشها الفرد اذا كان في البيئة دافئة وامنه وأفراد محيطين به يحبونه ويشعرون بالدفء والأمان أدى الى تصميم هذا الشعور على البيئة الاجتماعية الخارجية أي المحيط الخارجي الذي يعيش فيه الفرد وادى الى تقبل انه فيسعى دائما لتأكيد انه ويعتبر الحاجات المهمة التي يسعى الفرد الى تحقيقها وأيضا يسعى للحصول على القبول الاجتماعي قبل الآخرين وهذا الشعور المتبادل لدى الفرد يؤدي الى الشعور بالطمأنينة الانفعالية (عبد الرحمن، ١٩٩٨، صفحة ٢٨٠).

٣. نظرية ماسلو (Maslow)

وتعتبر واحدة من النظريات الإنسانية التي درست حاجات الإنسان وقد صمم لها مدرجا عبارة عن هرم وسمي (هرم الحاجات) وهي مختلف بحسب درجة أهميتها وطرق إشباعها وحسب مستوياتها في الأهمية فبعضها يبقى غير مهم الى حد ما، ولا تمثل مصدرة إثارة إلا بعد أن يتوفر للبعض الآخر الحد الأدنى من الإشباع وتعتبر حاجة الأمان والاطمئنان من الحاجات المهمة التي نكرها ماسلو في مدرج الهرم الذي وضعه باعتبارها من الحاجات المهمة بعد الحاجات الفسيولوجية، وتساعدنا حاجات الأمان والاطمئنان على تجنب الألم والأحادية ولكنها قد تصبح من القوة بحيث تعيق المزيد من النمو الشخصي، وفي ذلك يقول ماسلو اذا اخبرنا الأمان والنمو فإننا سوف نختار الأمان بالتأثير (Maslow, 1970, p. 432).

ويؤكد ماسلو أن انعدام الطمأنينة والراحة لدى الأفراد يأتي من عدم إشباع الحاجات والى هذا الإشباع تكون من البيئة التي يعيش فيها الفرد، فالبيئة الغنية المشبعة بالكثير من الحاجات تصبح مصدر امان واطمئنان للفرد، عكس البيئة التي لا تشبع حاجات الفرد فتكون مصدرا للخطر والتهديد وعدم الشعور بالطمأنينة ويربط ماسلو بين عدم اشباع الحاجة الأمان والاطمئنان وبين الاضطرابات التي تصيب الصحة (Maslow, 1970, p. 172).

وبين ماسلو توضيحات كثيرة حول الطبيعة الإنسانية وأكد على أن الخبر موجود داخل الإنسان بالفطرة، وأن نمو الفرد السليم يكون داخل المجتمع السليم الخالي من الأخطار والعوائق حتى يستطيع الفرد أن يحقق ذاته ويتخلص من مصادر التهديد والقلق (Maslow, 1970, p. 82).

بعد استعراض الباحثة أهم النظريات التي تناولت الطمأنينة الانفعالية لابد من الإشارة الى أن البحث الحالي اعتمد نظرية "ماسلو" إطاراً نظرياً لبناء فقرات مقياس الطمأنينة الانفعالية لدى معلمات المدارس، والاستفادة من النظرية في تفسير النتائج.

الدراسات السابقة:

أبرز الدراسات التي تناولت الطمأنينة الانفعالية

١. دراسة (Vogarty & white, 1994).

(علاقة القيم والشعور بالطمأنينة النفسية والتوافق لدى طلبة الجامعة الأجانب والمحليين في أستراليا)

هدفت الدراسة معرفة الاختلافات بين القيم والشعور بالطمأنينة النفسية والتوافق النفسي بين الطلبة وقد بلغت العينة (٢٦٠) طالبا منهم (١٤٠) أستراليا (١٢٠) أجنبا، وقد تبني الباحث مقياس الطمأنينة الانفعالية وقد أظهرت النتائج أن الطلاب الأجانب أكثر شعورا بالطمأنينة النفسية وأكثر تقوفا من الأستراليين وانهم أكثر تركيزا على القيم والعادات والتقاليد (ابراهيم، ٢٠٠٢، صفحة ١٣٠).

٢. دراسة حليم ٢٠١٦

(الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي والضغط الأكاديمية لديهم)

هدفت الدراسة الى تحديد الفروق بين الذكور والإناث في الطمأنينة والانفعالية وإيجاد العلاقة بين الطمأنينة الانفعالية من جهة والتوافق الاجتماعي والضغط الأكاديمية من وقامت الباحثة ببناء المقاييس الثلاثة واستخراج الصدق والثبات لها من جهة أخرى، وقد طبق البحث على عينة مكونة من (٤٣٥) طالبا وطالبة، وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعامل الارتباط بيرسون أظهرت النتائج:

١. وجود فرق بين الذكور والإناث في الطمأنينة الانفعالية لصالح الإناث.

٢. وجود ارتباط موجب دال بين الطمأنينة الانفعالية والتوافق الاجتماعي وجود ارتباط أساليب بين الطمأنينة الانفعالية والضغط الأكاديمية (حليم، ٢٠١٦، صفحة ٧٥).

الفصل الثالث : منهج البحث وإجراءاته

منهج البحث وإجراءاته

انتهجت الباحثة المنهج الوصفي ومن ضمن الدراسات الارتباطية التي اتخذتها الباحثة أسلوباً للدراسة، ويمكن تعريف المنهج الوصفي بأنه (أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة) (محمد ا.، ٢٠١١، صفحة ٣٧٠)

وقد اتبعت الباحثة الخطوات العلمية الواجب توفرها في الدراسات الوصفية الارتباطية من جمع البيانات المقننة ومراجعة الدراسات والنظريات العلمية، كذلك تصنيف المعلومات ومن ثم إخضاعها للدراسة الدقيقة عن طريق إجراءات المقياس المتبعة ضمن الدراسة.

يتضمن هذا الفصل عرض إجراءات البحث المتبعة من حيث تحديد مجتمع البحث واختيار العينة وإجراءات بناء مقياسين (العبء المهني والطمأنينة الانفعالية) وبيان الوسائل الإحصائية المستخدمة في التوصل نتائج البحث.

- مجتمع البحث

شمل مجتمع البحث من معلمات المدارس الابتدائية في حافظة بغداد (٢٠٢٠-٢٠٢١) وبلغ عددهم (٣٩٥٧٥)* معلمة موزعات على اربع مديريات للتربية كما مبين في جدول (١)

(جدول/١)

توزيع أفراد المجتمع البحث حسب المديريات العامة للتربية

العدد	مديرية التربية
-------	----------------

* تم الحصول على البيانات من مديرية التخطيط التربوي من مديريات التربية السنة في محافظة بغداد، للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١).

٩١٨٧	الرصافة الأولى
١٠٣٥٨	الرصافة الثانية
٧٧٨١	الكرخ الأولى
١١٢٤٩	الكرخ الثانية
٣٩٥٧٥	المجموع

- عينة البحث

اعتمدت الباحثة في اختيار العينة الطريقة العشوائية الطبقية المتساوية وبواقع (٥٠) معلمة لكل مديرية تم اختيارهم من المدارس وجدول (٢) يوضح ذلك.

(جدول/٢)

توزيع أفراد عينة البحث حسب المديرية والمدرسة

العدد	المدرسة	المديرية
٥٠	الزوراء، الروابي الإيمان، دمشق	الرصافة الأولى
٥٠	أول الراية، العربية مرج عيون، لبنان	الرصافة الثانية
٥٠	الظفر، نابلس المأمون- البيادر	الكرخ الأولى
٥٠	طيور السلام، الزهراوي، عكاظ، المعراج	الكرخ الثانية
٢٠٠		المجموع الكلي

- أدوات البحث

من اجل قياس متغيري البحث (العبء المهني، والطمأنينة الانفعالية)، قامت الباحثة ببناء مقياسين واتبعت الخطوات التالية:

أولاً: مقياس العبء المهني

بعد الاطلاع على الأطر النظرية والأدبيات والدراسات السابقة، تكون مقياس (العبء المهني) من (٣٨) فقرة بواقع خمس بدائل (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي غالباً، لا تنطبق علي ابداً) من مجالين المجال المهني (٢١) فقرة والمجال الشخصي (١٧) فقرة.

تصحيح المقياس:

صحح مقياس العبء المهني المتكون من (٣٨) فقرة بواقع خمس بدائل (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي غالباً، لا تنطبق علي ابداً)، بأوزان (١، ٢، ٣، ٤، ٥) على التوالي، وكانت جميع الفقرات إيجابية تقيس المتغير وعلى وفق ذلك ستكون اعلى درجة للمقياس (١٩٠) واقل درجة (٣٨).

الخصائص السكومترية للمقياس

وهي عملية التحليل الإحصائي للمقياس، وان اعتماد الفقرات التي تتميز بخاصة سكومترية جيدة يجعل المقياس أكثر صدقاً وثباتاً.

أولاً: الصدق Validity

ويعتبر اهم خصائص الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، حققت الباحثة من ثلاثة أنواع من الصدق، وهما الصدق الظاهري، وصدق التمييز وصدق البناء وسيتم استعراضهما على النحو الآتي:

أ- الصدق الظاهري (face Validity):

ولغرض التحقق من الصدق الظاهري عرضت الباحثة المقياس بصورته الأولية ملحق (١) على مجموعة من المحكمين المختصين للحكم على صلاحيتها لقياس فقرات العبء المهني، اذا بلغ عددهم (١٠) محكما في تخصصات التربية وعلم النفس والقياس والتقويم، وقد تمت الموافقة على جميع الفقرات وبدائلها.

ب- الصدق التمييزي

تحققت الباحثة من توافر القوة التمييزية لفقرات المقياس باتباع الخطوات الآتية:

١- رتبت درجات أفراد العينة، إذ تراوحت درجاتهم (٣٨-١٩٠).

٢- أخذت الباحثة نسبة (٢٧%) من المجموعة العليا و(٢٧%) من المجموعة الدنيا لتمثل المجموعتين المتطرفتين، ولأن عينة التحليل الإحصائي بلغت (٢٠٠) فرداً، لذا كان عدد أفراد المجموعة العليا (٥٤) فرداً أو عدد أفراد المجموعة الدنيا (٥٤) فرداً.

١. تم تحليل فقرة من فقرات المقياس باستعمال الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين، لاختبار دالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين العليا والدنيا.

٢. مقارنة القيمة التائية المحسوبة بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١، ٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٠٦) وبهذا الإجراء اتضح أن الفقرات كانت ذات دلالة إحصائية أي تملك قوة تمييزية ما عدا فقرة رقم (٢) كانت غير مميزة* وبذلك تكون مقياس العبء المهني من (٣٧) فقرة بصورته النهائية وجدول (٣) يوضح ذلك

(جدول/٣)

تميز فقرات مقياس العبء المهني

ت	المجموعة الدنيا			المجموعة العليا		
	الدلالة	قيمة t المحسوبة	التباين	الوسط الحسابي	التباين	الوسط الحسابي
١	دالة	٤.١١٧	٠.٦٣٠٥٨	٢.٥٦٤٨	٠.٣٥٦٩٠	٢.٨٥١٩
٢	غير دالة	٠.١١٧	٠.٦٦٢٧٦	٢.٥٠٠٠	٠.٤٥٩٠٥	٢.٤٨١٥
٣	دالة	٤.١٨١	٠.٤٩٣٩١	٢.٧١٣٠	٠.٢٤٧٣٥	٢.٩٣٥٢
٤	دالة	٥.٤٥٥	٠.٥٦٨٨٩	٢.٦٤٨١	٠.١٨٩٧٣	٢.٩٦٣٠
٥	دالة	١١.٥٠٣	٠.٩٠٦٦٩	١٩٨١٥	٠.٠٩٦٢٣	٢.٩٩٠٧
٦	دالة	٣.٠٨٢	٠.٥٣١٧١	٢.٧٥٠٠	٠.٢٦٣١١	٢.٩٢٥٩
٧	دالة	٦.٤٣٨	٠.٦١٨٩٤	٢.٥٠٩٣	٠.٢٦٣١١	٢.٩٢٥٩
٨	دالة	١١.٩٠٧	٠.٦٣٧١٣	٢.١٢٠٤	٠.٢٧٧٦٨	٢.٩١٦٧
٩	دالة	٦.٣٦٦	٠.٥٥٤١٠	٠.٥٣٧٠	٠.٢٧٦٧	٢.٨١٦٧
١٠	دالة	٧.٩٩٢	٠.٦٩٧٨١	٣.٢٨٨٧٠	٠.٣٢٦٩١	٢.٨٧٩٦
١١	دالة	٤.٨٧٣	٠.٦٩٦١٣	٢.٠٣٧٠	٠.٧٥٤٨٢	٢.٥١٨٥
١٢	دالة	٣.٣٧٨	٠.٦١٤٥٢	٢.٥٧٤١	٠.٤١٣٥١	٢.٨١٤٨
١٣	دالة	٣.٩١٣	٠.٥٦٠٩٣	٢.٧٢٢٢	٠.٢٥١٥١	٢.٩٥٣٧
١٤	دالة	٥.٩٦١	٠.٧٥٩١٦	٢.٢٧٧٨	٠.٥١٩٨٦	٢.٨٠٥٦
١٥	دالة	٨.٥٣١	٠.٥٠٢٢٤	١.٤٩٠٧	٠.٤٥٨٧٥	٢.٧٠٣٧
١٦	دالة	٨.٠٤٢	٠.٧٢٩٣٤	١.٨٦١١	٠.٤٨٥١٦	٢.٣٧٠٤

دالة	٤.٢١٩	٠.٤١٧٦٨	١.٧٧٧٨	٠.٤٧٩٧٧	٢.٦٤٨١	١٧
دالة	٨.٢٩٢	٠.٦٠٣٤٤	٢.٥١٨٥	٠.٤٨٥١٦	٣.٢١٠٠	١٨
دالة	٦.٠٠٥	٠.٦٨٨٢	١.٤٥٣٧	٠.٨٨٥٣٩	٢.١٠١٩	١٩
دالة	٦.٤٩٥	٠.٥٨٧٣٨	٢.٥٢٧٨	٠.٢٨٢٦٢	٢.٩٣٥٢	٢٠
دالة	٥.٣٣٩	٠.٥٥٢٥٤	٢.٤٤٤٢	٠.٤٠٤٦٤	٢.٧٩٦٣	٢١
دالة	٩.٧٢٥	٠.٧٣٩٧٠	١.٩٣٥٢	٠.٤٤٠٢٧	٢.٧٤٠٧	٢٢
دالة	١٠.٣٢٣	٠.٦٦٩٥٢	١.٩٨١٥	٠.٤٢٣٧٥	٢.٧٦٨٥	٢٣
دالة	٤.٨٥٢	٠.٧١٣٩٩	٢.٠٦٤٨	٠.٥٠١٥٦	٢.٤٧٢٢	٢٤
دالة	٦.٨٥٤	٠.٦٠٣٠٨	٢.٣٠٥٦	٠.٤١١٣١	٢.٧٨٧٠	٢٥
دالة	٦.٨٩٣	٠.٥٥٤٦٥	٢.٣٠٥٦	٠.٤٢٣٧٥	٢.٧٦٨٥	٢٦
دالة	٦.٤٨٨	٠.٧٠٠٧٨	٢.٠٦٤٨	٠.٤٤٠٢٧	٢.٧٤٠٧	٢٧
دالة	٣.٢٦٨	٠.٦٣٣٦٦	٢.٥١٨٥	٠.٤٢٩٥٣	٢.٢٧٥٩٣	٢٨
دالة	١٨.٨٣٠	٠.٣٩٠٢٦	١.٨١٤٨	٠.٣٩٠٢٦	٢.٢٨١٤٨	٢٩
دالة	٦.٥٠٠	٠.٧٥٢٠٦	٢.٢٩٦٣	٠.٣٨٢٥٣	٢.٨٢٤١	٣٠
دالة	٩.٨٨٨	٠.٧٢٩٣٤	٢.٠٢٧٨	٠.٣٩٠٢٦	٢.٨١٤٨	٣١
دالة	٣.٠١٤	٠.٥٧٩٠٧	٢.٦٠١٩	٠.٣٩٧٦٢	٢.٨٠٥٦	٣٢
دالة	٤.٥٧٤	٠.٦٢٣٩٦	٢.٦٧٥٩	٠.١٨٩٧٣	٢.٩٦٣٠	٣٣
دالة	٤.٧٤٥	٠.٥٧٩٠١	٢.٦٠١٨	٠.٣٩٢٦	٣.٨١٢	٣٤
دالة	٨.٥٠١	٠.٦٩٤٩	٢.٢٧٧٨	٠.٣٠٣٨٦	٢.٨٩٨١	٣٥
دالة	٥.٢٠٠	٠.٥١١٥٥	٢.٦٦٦٧	٠.٢٨٧٦٨	٢.٩٣٤٤	٣٦
دالة	٦.٣٧٤	٠.٣٣٧٤٦	١.٨٧٠٤	٠.٨٥٦٧٨	٢.٤٣٥٢	٣٧
دالة	٦.٠٠٨	٠.٢٦٣١١	١.٩٢٥٩	٠.٥٧٤٤٤	٢.٣٤٤٤٤	٣٨

*القيمة التائية الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية تساوي (١.٩٦)

ج- صدق البناء (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية) Constructive validity

تحققت الباحثة من الصدق البناء من خلال إيجاد العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس، باستعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج معامل الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس وكانت جميع معاملات الارتباط ذات دلالة إحصائية لأنها أكبر من القيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (٠.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) ما عدا فقرة رقم (٢) كما هو موضح في جدول (٤).

(جدول/٤)

قيم معامل الارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس العبء المهني*

الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
١	٠.٧٥	٢٠	٠.٨١
٢	٠.١١	٢١	٠.٧٣
٣	٠.٧٣	٢٢	٠.٨٨
٤	٠.٨٢	٢٣	٠.٨٩
٥	٠.٨٥	٢٤	٠.٧٨
٦	٠.٧٢	٢٥	٠.٧٥
٧	٠.٨٣	٢٦	٠.٧٨
٨	٠.٧٦	٢٧	٠.٨٠
٩	٠.٨٤	٢٨	٠.٧٦
١٠	٠.٧٥	٢٩	٠.٧٤
١١	٠.٧٢	٣٠	٠.٧٥
١٢	٠.٧٩	٣١	٠.٨١
١٣	٠.٧٨	٣٢	٠.٧٢
١٤	٠.٧٠	٣٣	٠.٩٠
١٥	٠.٨١	٣٤	٠.٧١
١٦	٠.٨٨	٣٥	٠.٧٧
١٧	٠.٧٩	٣٦	٠.٧٢
١٨	٠.٨٣	٣٧	٠.٨٣
١٩	٠.٨٦	٣٨	٠.٨٥

ثانياً: الثبات:

أ- معادلة الفاكروبناخ

* الدلالة الاحصائية تساوي (٠.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٩٨).

للتحقق من ثبات المقياس بهذه الطريقة طبقت الباحثة معادلة (الفاكرونباخ) على درجات أفراد عينة البحث البالغة (٢٠٠) فرداً، وبلغ الثبات بهذه الطريقة (٠.٩٢)، ويعد ثباتاً جيداً.

ب- طريقة التجزئة النصفية

طبقت الباحثة المقياس على عينة البحث البالغة (٢٠٠) فرداً، وقد بلغ معامل ثبات المقياس بهذه الطريقة (٠.٨٧).

ثانياً: مقياس الطمأنينة الانفعالية

بعد الاطلاع على الأطر النظرية والأدبيات والدراسات السابقة، تكون مقياس الطمأنينة الانفعالية من (٤٠) فقرة بواقع خمس بدائل (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ غالباً، لا تنطبق عليّ أبداً).

تصحيح المقياس:

صحح مقياس الطمأنينة الانفعالية المتكون من (٤٠) فقرة بواقع خمس بدائل (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ غالباً، لا تنطبق عليّ ابداً)، بأوزان (١، ٢، ٣، ٤، ٥) على التوالي، وكانت جميع الفقرات إيجابية تقيس المتغير وعلى وفق ذلك ستكون اعلى درجة للمقياس (٢٠٠) واقل درجة (٤٠).

الخصائص السكومترية للمقياس

وهي عملية التحليل الإحصائي للمقياس، وان اعتماد الفقرات التي تتميز بخصائص سكومترية جيدة يجعل المقياس أكثر صدقاً وثباتاً.

أولاً: الصدق Validity

ويعتبر اهم خصائص الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، حققت الباحثة من ثلاثة أنواع من الصدق، وهما الصدق الظاهري، وصدق التمييزي وصدق البناء وسيتم استعراضهما على النحو الاتي:

أ- الصدق الظاهري (face Validity):

ولغرض التحقق من الصدق الظاهري عرضت الباحثة المقياس بصورته الأولية ملحق (١) على مجموعة من المحكمين المختصين للحكم على صلاحيتها لقياس فقرات الطمأنينة الانفعالية، إذا بلغ عددهم (١٠) محكما في تخصصات التربية وعلم النفس والقياس والتقويم، وقد تمت الموافقة على جميع الفقرات وبدائله.

ب-الصدق التمييزي

تحققت الباحثة من توافر القوة التمييزية لفقرات المقياس باتباع الخطوات التالية:

- ١- رتبت درجات أفراد العينة إذا تراوحت درجاتهم (٢٠٠-٤٠).
- ٢- أخذت الباحثة نسبة (٢٧٪) من المجموعة العليا، و(٢٧٪) من المجموعة الدنيا لتمثل المجموعتين المتطرفين، ولأن عينة التحلل الإحصائي بلغت (٢٠٠) فردا، لذا كان عدد أفراد المجموعة العليا (٥٤) فردا، وعدد أفراد المجموعة الدنيا (٥٤) فرداً.
١. تم تحليل فقرة من فقرات المقياس باستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينين مستقلتين، لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين العليا والدنيا.
٢. مقارنة القيمة التائية المحسوبة بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١، ٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٠٦) وبهذا الإجراء اتضح أن الفقرات جميعها كانت مميزة ما عدا فقرة (٢٢) كانت غير مميزة وبذلك يتكون المقياس من (٣٩) فقرة بصورته النهائية، وجدول (٥) يوضح ذلك.

(جدول/٥)

تميز فقرات مقياس الطمأنينة الانفعالية

ت	المجموعة الدنيا			المجموعة العليا		
	الدلالة	القيمة التائية المحسوبة	التباين	الوسط الحسابي	التباين	الوسط الحسابي
١	دالة	٩.٩٢٦	٠.٥٣٤٠٦	٢.٢٩٦٣	٠.٣١٥٧٣	٢.٨٨٨٩
٢	دالة	١٣.٠٥٤	٠.٨٥٢٥٥	١.٨٠٥٦	٠.٢١٧٣	٢.٤٢٨٩
٣	دالة	٢.٤٨٥	٠.٥٣٢٣٦	٢.٦٥٧٤	٠.٤٩٩٠	٢.٨٢٤١
٤	دالة	٢.٤١١	٠.٢٤٧٣٥	١.٦٦٦٧	٠.٦٣٠٥٨	١.٤٣٥٢
٥	دالة	٢.٥٦٢	٠.٥٤٠٨٢	١.٩٣٥٢	٠.٣٤٧٤٤	٢.٦٨١١
٦	دالة	٨.٥٣٥	٠.٩٩٥٣٢	٢.٢١٣٠	٠.٣٦٤١٠	٢.٨٧٠٤
٧	دالة	٩.٣٩١	٠.٤٧٤٦١	٠.٢٨٧٧٠	٠.٣٧٤٤٢	٢.٨٣٣٣

دالة	٦.١٣٢	٠.٥٥٤١٠	٢.٤٦٣٠	٠.٣٥٦٩٠	٢.٨٥١٩	٨
دالة	١١.١٩٥	٠.٧٤٩٤٧	١.٧١٣٠	٠.٥٤٧٧٤	٢.٧١٣٠	٩
دالة	٨.٥٣٥	٠.٩٩٥٣٢	٢.٠٠٠٠	٠.٣٦٤١٠	٢.٨٧٠٤	١٠
دالة	٢.٥٤٩	٠.٨٤٧٨٥	١.٨٦١١	٠.٨٠٦٦٩	٢.١٤٨١	١١
دالة	٣.٢٢	١.٠٠٤٤٩	٢.٠١٨٥	٠.٧٨٣٣٩	٢.٣٨٨٩	١٢
دالة	٢.٦٢٨	٠.٦٤٥٠٣	٢.٢٩٦٣	٠.٤٩٩٩٩	٢.٧٢٢٢	١٣
دالة	٦.٧٥٣	٠.٦٢٨٣٨	٢.٠٨٣٣	٠.٤٩١٨٠	٢.٦٠١٩	١٤
دالة	٦.٨٤٣	٠.٧٧٨٠٢	٢.٠٤٦٣	٠.٤٧٩٧٧	٢.٦٤٨١	١٥
دالة	٢.٥٧٠	٠.٦٧٠٢٩	٢.٥٩٢٦	٠.٤١١٣١	٢.٧٨٧٠	١٦
دالة	١٠.٥٦٨	٠.٤٧٠٢	١.٦٧٥	٠.٤٨٢	٢.٣٦١١	١٧
دالة	٣.٨٣٩	٠.٤٧٦٧٩	١.٣٤٢٦	٠.٤١١٣١	٢.٧٨٧٠	١٨
دالة	٨.٦٨٣	٠.٦١٣٨٩	٢.١٥٧٤	٠.٤١٧٦٨	٢.٧٧٧٨	١٩
دالة	٨.٨٣٩	٠.٧٥٠٨٥	٢.١٥٧٤	٠.٣٤٦٤٤	٢.٨٦١١	٢٠
دالة	٢.٧٣٤	٠.٦٤١٨٠	٢.٥٩٢٦	٠.٥٤٩٣٩	٢.٨١٤٨	٢١
غير دالة	٠.١١٧	٠.٦٢٦٥	٢.٣٣٣٥	٠.٨٥٧٩٩	٢.٤٥٣٧	٢٢
دالة	٣.٣٦٣	٠.٦٦٢١٧	٢.٤٧٢٢	٠.٤٩٩٩١	٢.٧٤٠٧	٢٣
دالة	٣.٠٨٤	٠.٥٠٤٣١	٢.٧٦٨٥	٠.٢٤٧٣٥	٢.٩٣٥٢	٢٤
دالة	٤.٨٥١	٠.٧٦٩٩٧	٢.١٢٠٤	٠.٦٥٦٢٠	٢.٥٩٢٦	٢٥
دالة	٣.٨٩٦	٠.٩٨٧٢٩	٢.١٨٥٢	٠.٥١٠٤٥	٢.٦٠١٩	٢٦
دالة	٢.٨٤٣	٠.٤٧٣٦٠	١.٣٢٣٣	٠.٤٥٤٤٩	٢.٧١٣٠	٢٧
دالة	٨.٥٣٥	٠.٩٩٥٣٢	٢.١٣١١	٠.٣٦٤١٠	٢.٨٧٠٤	٢٨
دالة	٦.٧٥٣	٠.٦٢٨٣٨	٢.٠٨٣٣	٠.٤٩١٨٠	٢.٦٠١٩	٢٩
دالة	٩.٣٩١	٠.٤٧٤٦١	٢.٢٨٧٧٠	٠.٣٧٤٤٢	٢.٨٢٣٣	٣٠
دالة	٢.٥٧٠	٠.٦٧٠٢٩	٢.٥٩٢٦	٠.٤١١٣١	٢.٧٨٧٠	٣١
دالة	٢.٧٣٤	٠.٦٤١٨٠	٢.٥٩٢٦	٠.٥٤٩٣٩	٢.٨١٤٨	٣٢
دالة	٤.٤٧١	٠.٧٦٠٨٠	١.٠٤٢٦	٠.٤٠٢٠٨	١.٥٣١٣	٣٣
دالة	٣.٣٢٥	٠.٧٥١٧٢	١.١٩١٥	٠.٦٣٥٠٠	١.٦٢٧٧	٣٤
دالة	١.٧٨٨	٠.٥٩٤٠	١.٤١٤٩	٠.٤٧٧٦٥	١.٧١٢٨	٣٥
دالة	٤.٢٣٥	٠.٧٣٤٢٥	١.٠٩٥٦	٠.٥٦٣١٢	١.٥٠٠٠	٣٦
دالة	٤.٤٧١	٠.٧٦٠٨٠	١.٠٤٢٦	٠.٤٠٠٠٨	١.٥٢١٣	٣٧
دالة	٣.٣٢٥	٠.٧٥١٧٢	١.١٩١٥	٠.٦٣٥٠	١.٦٢٧٧	٣٨

دالة	٢.٥٧٢	٠.٦٩١٢٤	١.٣٩٣٦	٠.٦٦٨٠١	١.٤٧٨٧	٣٩
دالة	٤.٠٢٣	٠.٦٦٥٩٥	١.٢٨٧٢	٠.٥٣٦٥٨	١.٦٧٠٢	٤٠

*القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٠٦) = ١.٩٦.

ج- صدق البناء

قامت الباحثة بإيجاد معاملات التمييز لفقرات مقياس الطمأنينة الانفعالية وبأسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في جدول (٦) وكانت جميع معاملات الارتباط ذات دلالة إحصائية ما عدا فقرة رقم (٢٢).

(جدول/٦)

قيم معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الطمأنينة الانفعالية

الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
١	٠.٣٠٩	٢١	٠.٣٤٣
٢	٠.٢٤٤	٢٢	٠.٠٤٤
٣	٠.٢٥٩	٢٣	٠.٢٦٧
٤	٠.٢٢١	٢٤	٠.٣٧٨
٥	٠.٢٢٢	٢٥	٠.٢٢٤
٦	٠.٢٣٢	٢٦	٠.٢١٧
٧	٠.٣٣٧	٢٧	٠.٢٢٩
٨	٠.٢٥٠	٢٨	٠.١٩٧
٩	٠.٢-١	٢٩	٠.٢٧٨
١٠	٠.٥٣٠	٣٠	٠.١٩٠
١١	٠.٢٠٠	٣١	٠.٢٧٨
١٢	٠.٢٧٤	٣٢	٠.٢٧٠
١٣	٠.٢٢٠	٣٣	٠.٢٢٤
١٤	٠.٢١٢	٣٤	٠.١٦٠
١٥	٠.٢٠٩	٣٥	٠.٢٣٤
١٦	٠.٣٧٧	٣٦	٠.٢٠٠

٠.٣٧٧	٣٧	٠.٢٢٣	١٧
٠.٢٢٣	٣٨	٠.٣٤٢	١٨
٠.٣٤٢	٣٩	٠.٤٠٠	١٩
٠.٣٥٠٣	٤٠	٠.٣٩٣	٢٠

* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) حيث القيمة الجدولية (٠.٠٩٨).

ثانياً: الثبات

أ- معادلة الفاكورنباخ

للتحقق من ثبات المقياس طبقت الباحثة معادلة الفاكورنباخ على درجات أفراد عينة لبحث البالغة (٢٠٠) وبلغ الثبات بهذه الطريقة (٠.٨٤).

ب- طريقة التجزئة النصفية

طبقت الباحثة المقياس على عينة البحث البالغة (٢٠٠) فرداً وقد بلغ معامل ثبات المقياس بهذه الطريقة (٠.٧٢).

تطبيق المقياس:

طبقت الباحثة المقياس على عينة البحث المشار إليها في جدول (٢) والبالغة (٢٠٠) معلمة، بعدها جمعت استمارات الإجابة وتأكدت من إجابة أفراد العينة عن كل فقرات المقياس.

الوسائل الإحصائية

لغرض تحليل البيانات واستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية المعروفة بـ (Spss) استعملت الباحثة الإحصائيات التالية.

- ١- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياسين.
- ٢- معامل ارتباط بيرسون لاستخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية ولمعرفة العلاقة الارتباطية بين المتغيرين.
- ٣- معادلة سبيرمان براون التصحيحية لاستخراج الثبات.

- ٤- الاختبار التائي لدلالات معاملات الارتباط.
 ٥- الاختبار التائي لعينة ومجتمع.
 ٦- القيمة المعيارية لدلالة الفروق بين المتغيرين.

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

يشمل هذا الفصل عرضاً للنتائج بحسب الأهداف، وتفسيرها ومناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وعلى النحو الآتي:

الهدف الأول: التعرف على العبء المهني لدى المعلمات

للتحقق من الهدف استخرجت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفرق لدرجات أفراد العينة البالغ عددهم (٢٠٠) معلمة، إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي (١٢٣,٢٦) درجة وبانحراف معياري قدره (٢٣,٣٦) درجة، في حين بلغ المتوسط الفرضي (١١٤)، وبما أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٧١,٥٤) اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجه حريه (١٩٩) اذا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الوسط الحسابي وجدول (٧) يوضح ذلك.

(جدول/٧)

نتائج الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي لمقياس العبء المهني

مستوى دلالة	القيمة التائه		الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
٠,٠٥	١,٩٦	٧١,٥٤	٢٣,٣٦	١١٤	١٢٣,٢٦	٢٠٠

ويتضح من نتائج (جدول / ٧) أن عينة البحث وهي المعلمات تعانين من العبء المهني أي ضغوط في اطار العمل ويمكن تفسير ذلك في ضوء النظريات البيئية إن الأعباء المهنية هي سبب المشكلات النفسية والمعاناة التي يتعرض لها الفرد في ظروف العمل، وحسب رأي الباحثة أن المعلمات عندما يعانون من ضغوط تتعلق بالعمل مثل عدم القدرة على إنجاز الواجبات في وقت معين، وقلة الإمكانيات المادية والمعنوية والظروف الصحية وغيرها، فهذا يعتبر عباءً لا تستطيع مواجهته مما يؤدي بها الى حدوث مشكلات أما داخل العمل (المدرسة) أو داخل الأسرة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة سعيد (٢٠٠٥) أن الأفراد في المجال التربوي والتعليمي يعانون من ضغوط مهنية وتختلف من شخص لأخر حسب درجة استجابة الفرد لها وحسب قدرته على التخلص منها.

الهدف الثاني: التعرف على الطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات

استخرجت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفرق لدرجات أفراد العينة البالغ عددهم (٢٠٠) معلمة، إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي (١٣٠,٢٦) درجة وبتباخراف معياري (١٧,٨٣) درجة، في حين بلغ المتوسط الفرضي (١٢٠)، وبما أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (١٠٣,٧٣) أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجه حريه (١٩٩) اذا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الوسط الحسابي وجدول (٨) يوضح ذلك.

(جدول / ٨)

نتائج الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي لمقياس الطمأنينة الانفعالية

مستوى دلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
٠,٠٥	١,٩٦	١٠٣,٧٣	١٧,٨٣	١٢٠	١٣٠,٢٦	٢٠٠

ويتضح من نتائج (جدول/٨) أن عينة البحث الحالي (المعلمات) تتمتع بالطمأنينة الانفعالية ويمكن تفسير ذلك وفق نظرية (ماسلو) المتبناة وهي أن الأفراد الذي يعيشون وسط بيئة غنية ومشبعة بالكثير من المثيرات والحاجات الضرورية للإنسان فإنه يشعر بالأمان والاطمئنان وتصيح قدرته على السيطرة على انفعالاته ومشاعره سهلة، عكس البيئة التي تكون لا تشبع حاجات الفرد وإمكاناته فأنها تكون مصدراً للخطر وعدم الشعور بالطمأنينة، وان لدى الأفراد الخبرة الكافية في التخلص من مصادر الأخطار والعوائق حتى تحقيق ذاته.

وحسب رأي الباحثة، أن شعور المعلمة بالطمأنينة الانفعالية رغم كل الظروف والضغوط التي تعاني منها تعود الى التزامها الديني وتحليها بأخلاقيات المهنة والتماسك الأسري والدفع العائلي الذي تشعر به يجعلها قادرة على السيطرة على انفعالاتها ومشاعرها رغم كل الظروف.

الهدف الثالث: التعرف على دلالة الفروق في العلاقة بين العبي المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجة غير متزوجة)

استخرجت الباحثة معامل ارتباط بيرسون بين (العبي المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجة غير متزوجة))، فبلغ قيمة معامل الارتباط بين العبي المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المتزوجات (٠,٢٣) وبلغت قيمته لغير المتزوجات (٠,٠١٩)، ولإيجاد الفروق في العلاقة قامت الباحثة بتحويل معامل ارتباط بيرسون الى قيمة فيشر المعيارية لا استخراج القيمة الزائفة وجدول (٩) يوضح ذلك.

(جدول/٩)

القيمة المعيارية للعلاقة بين العبي المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجة غير متزوجة)

الدالة	القيمة الزائفة		قيمة فيشر المعيارية	معامل ارتباط بيرسون	عدد افراد العينة	الحالة الاجتماعية
	الجدولية	المحسوبة				
دالة	١,٩٦	٢,٥٠٩	٠,٢٥١	٠,٢٣٥	١٠٠	متزوجة
			٠,٠١٩	٠,٠١٩	١٠٠	غير متزوجة

تشير نتيجة (جدول/٩) أن هناك فروق في العلاقة بين العبي المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات لصالح المتزوجات، ويمكن تفسير ذلك في أن المعلمات المتزوجات تكون قدرتهن اكبر على مواجهة الضغوط بالرغم من أعباء العمل لان من خلال العمل تستطيع المعلمة تحقيق ذاتها وإشباع حاجاتها النفسية والمادية.

الهدف الرابع

للتعرف على العلاقة الارتباطية بين العبي المهني والطمأنينة الانفعالية لدى المعلمات، استخرج معامل ارتباط بيرسون وبلغ قيمته (٠,٤٣٧)، وبما أن القيمة التائية لمعامل الارتباط البالغة (٦,٨٣٦) اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) اذا العلاقة دالة إحصائيا بين العبي المهني والطمأنينة الانفعالية، وجدول (١٠) يوضح ذلك.

(جدول / ١٠)

العلاقة الارتباطية بين العبي المهني والطمأنينة الانفعالية

العينة	معامل ارتباط بيرسون	الاخبار التائي بدلالة معامل الارتباط	القيمة الجدولية لمعامل الارتباط	مستوى دلالة	درجه الحرية
٢٠٠	٠.٤٣٧	٦,٨٣٦	١.٩٦	٠.٠٥	١٩٨

ويمكن تفسير هذه النتيجة حسب النظريات المتبناة من تفسير متغيرات البحث الحالي وهي النظريات البيئية والنظرية الإنسانية (ما سلو) في أن الفرد رغم كل الضغوط والظروف التي يعاني منها والمشكلات سواء كانت داخل بيت أو في اطار العمل فهو لديه القدرة والقابلية والإمكانيات الفكرية والنفسية الذاتية التي تؤهله في السيطرة على المواقف الحياتية والسيطرة على المشاعر والانفعالات ولديه القدرة على الإبداع والإنتاج وانه يتمتع بدرجة من الطمأنينة ويستطيع أن يشبع حاجاته سواء كانت داخل العمل أو داخل الأسرة التي يعيش فيها.

التوصيات

١. توجيه وزارة التربية بمحاولة تخفيف العبء عن كاهل المعلم عن طريق توفير المستلزمات الضرورية المدرسية من كتب ورحلات وغيرها من الخدمات.
٢. توجيه إدارة المدارس بالاهتمام بالمعلم وعدم تكليفه بمهام وواجبات أكبر من قدرته وطاقاته وتقليل إعداد الطلاب في الصف الواحد.

المقترحات

١. إجراء دراسة تناولت متغيرات البحث الحالي وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل (الرضا عن الحياة، والتفاؤل الواقعي) وغيرها.
٢. إجراء دراسته أخرى مشابهة للبحث الحالي تناولت شرائح وفئات اجتماعية أخرى ومقارنتها مع نتائج البحث الحالي.

المصادر العربية

- ١ احمد ماهر. (٢٠٠٨). سلسلة ابن مهارتك وتدربي على كيفية التعامل مع ادارة ضغوط العمل. مصر :
الدار الجامعية الاسكندرية.
- ٢ ارجايل مايكل. (١٩٩٣). سيكولوجية السعادة. (فيصل يونس، المترجمون) عالم المعرفة الكويت.
- ٣ الحمداني، الهام محمد. (٢٠١١). تطوير المناخ التنظيمي في ضوء معالجات ضغوط العمل دراسة ميدانية
في دور الدولة الايوائية. جامعة بغداد، كلية الادارة الاقتصاد.
- ٤ جاسم محمد محمد. (٢٠٠٤). مشكلات الصحة النفسية (المجلد الأولى). عمان: مكتبة دار الثقافة للنشر.
- ٥ جمال الدين محمد مرسى. (٢٠٠١). السلوك التنظيمي تطبيق عملي لإدارة السلوك. دار الجامعية
الاسكندرية.
- ٦ حامد عبد السلام زهران. (١٩٨٤). الصحة النفسية والعلاج النفسي (المجلد الرابعة). عالم الكتب بالقاهرة.
- ٧ حامد عبد السلام زهران. (٢٠٠٢). دراسات في الصحة النفسية والارشاد النفسي (المجلد الأولى). القاهرة:
عالم الكتب للطباعة والنشر.
- ٨ حسين حريم. (٢٠١٣). السلوك التنظيمي: سلوك الافراد والجماعات في منظمات الاعمال (المجلد الرابعة).
الاردن: دار الحامد للنشر والتوزيع.
- ٩ دوان شلتز. (١٩٨٤). نظريات الشخصية. (حمد ولي الكربولي وعبد الرحمن القيسي، المترجمون) بغداد.
- ١٠ شيري مسعد حليم. (٢٠١٦). دراسات تربوية ونفسية. مصر: عالم الكتب للطباعة والنشر، جامعة الزقازيق.
- ١١ فاطمة يوسف ابراهيم. (٢٠٠٢). المناخ النفسي وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية لدى طالبات الجامعة
الاسلامية. غزة: كلية التربية.
- ١٢ قاسم حسن صالح. (١٩٨٧). الانسان مناهج. بغداد: منشورات دار الحكمة.
- ١٣ كامل علوان الزبيدي. (٢٠٠٠). الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا المهني والصحة النفسية لدى لاءاء
هيئة التدريس في الجامعة. كلية الاداب، جامعة بغداد.
- ١٤ محمد اسماعيل بلال. (٢٠٠٥). السلوك التنظيمي بين النظرية والتطبيق. دار الجامعة الجديدة.
- ١٥ محمد السيد عبد الرحمن. (١٩٩٨). نظريات الشخصية. عمان: دار قباء للطباعة والنشر.
- ١٦ محمد حسن ابو رحمة. (٢٠١٢). ضغوط العمل وعلاقته بالرضا، الوظيفي لدى المشرفين التربويين بمحافظة
غزة. رسالة ماجستير في اصول التربية.
- ١٧ محمد قاسم القريوتي. (٢٠٠٠). السلوك الانساني: دراسة للسلوك الانساني الفردي والجماعي في المنظمات
المختلفة (المجلد ٣). عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

- ١٨ موسى جبريل. (١٩٩٥). تقديرات الاطفال المصادر، الضغط النفسي وعلاقتها بتقديرات ابائهم وامهاتهم. مجلة دراسة العلوم الانسانية، ٢٢ (٣).
- ١٩ هيجان، عبد الرحمن حمد. (١٩٩٨). ضغوط العمل شامل لدراسته مصدرها ونتائجها وكيفية ادارتها. الرياض: معهد الادارة العامة.
- 20 Barker, B. (1987). Heping students copewith stress. *Joural Learuing*, 15.
- 21 Baron, R., & Byrene, D. (1983). *social psychology, understuding Human Behavior*. Boston: Allyn and Bascon, Inc.
- 22 Chardan, J. (1995). *organization Behavior* (Vol. 5). new Delini: vikor publishing house.
- 23 Cooper, E. (1996). *The stress cher coping with stress of live and work*. Printiceltall.
- 24 Fontaua, D. (1981). *Personality and Education*. London Mc Millan press.
- 25 Gibson, J., Jon, M. I., & James, R. (1994). *Organization Behavio* (Vol. 8). Irwin.
- 26 Hockey, R. (1983). *stress and fatigue in Human perfor mance*. New York: John wiley& sonInc.
- 27 Kunda, Z. (1990). *The case for Motivatedreasoning psychological Bulletin*.
- 28 Luthans, f. (2022). *organizational Behavior* (Vol. 8). England limited.
- 29 Maslow, A. H. (1970). *Towards psychology of Being*. New yourk: D. van nostrandco.
- 30 Rubin, S., & Judge, t. A. (2013). *Orgauizational Behavior* (Vol. 15). England.